

UNIVERSIDAD  
PABLO DE  
OLAVIDE  
SEVILLA

# ¿QUIERES EVALUAR TU CONDICIÓN FÍSICA? ¡NOSOTROS TE LO PONEMOS FÁCIL!



EN COLABORACIÓN CON JAVIER BUENO-ANTEQUERA,  
MIGUEL ÁNGEL OVIEDO-CARO Y DIEGO MUNGUÍA-IZQUIERDO

DISEÑADO POR:  
ÁLVARO LÓPEZ-MORAL



@ALVLOPMOR

LA CONDICIÓN FÍSICA ES UN IMPORTANTE PARÁMETRO DE SALUD  
ÍNTIMAMENTE RELACIONADO CON NUESTRA CALIDAD DE VIDA.



FREE

EN NUESTROS VIDEOTUTORIALES TE EXPLICAMOS COMO EVALUAR TU  
CONDICIÓN FÍSICA DE MANERA SENCILLA Y SIN NECESIDAD DE MATERIALES.

## PARA ACCEDER A ELLOS:

1. ESCANEA EL CÓDIGO QR CON TU MÓVIL
2. ELIGE EL TEST QUE QUIERAS REALIZAR
3. OBSERVA LAS INSTRUCCIONES Y ERRORES
4. ¡AHORA TE TOCA A TÍ!



*Escanéame*



¡No te olvides de compartir tus  
resultados con nosotros!



UNIVERSIDAD  
PABLO DE  
OLAVIDE  
SEVILLA



ÁLVARO LÓPEZ MORAL

✉ alopmor1@upo.es

🐦 @alopmor